B&C IMMOBILIER

deBRY S.A. QUINCAILLERIE-SERVICE-OUTILLAGE PORTE DE GARAGE SECTIONNELLE www.debrysa.be

MINI L.Louyet

CREERCOLLER DIGITAL PRINTING & MORE

LATITUDE SPORT

SEMUR GYM

Stage INTERNAT en France

du 20 au 26 juillet 2024

16e EDITION

- AGE De 7 à 18 ans
- Entraîneurs diplômés et expérimentés
- ALL IN Formule all Inclusive

WWW.LATITUDESPORT.BE - LATITUDESPORT

Informations importantes

N’oubliez pas de compléter le formulaire en ligne **au plus tard pour le 5 mai 2024** **→ voir point n°12** de ce dossier

Nous nous réservons le droit d’annuler une inscription si le formulaire n’est pas complété dans les délais.

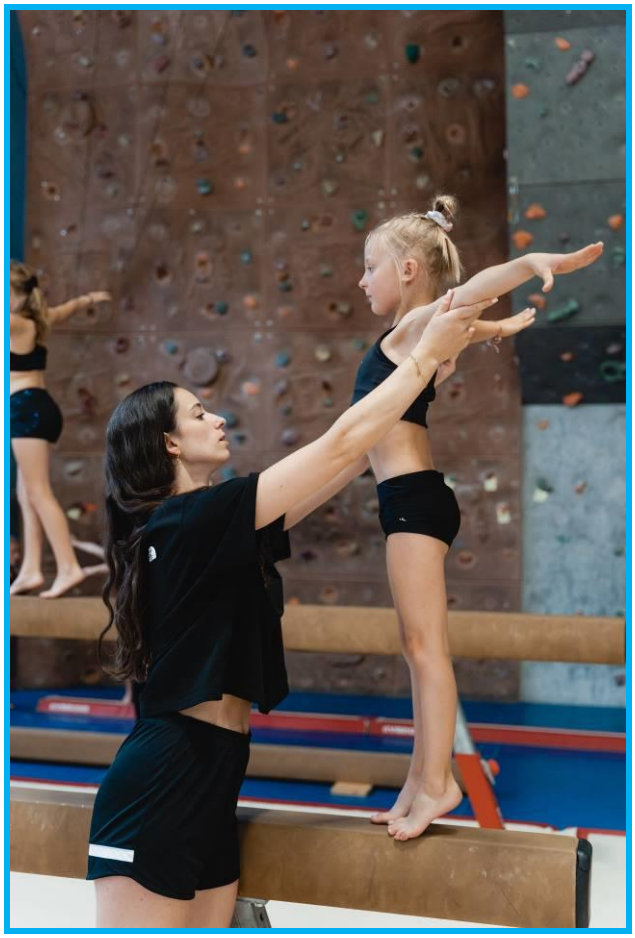
1. Gymnastique

Gymnastes « loisirs » ou « confirmés » pourront s'adonner aux plaisirs de leur sport favori entre 4 et 5 heures par jour par groupe d'âge et/ou de niveau : préparation physique, chorégraphique et travail technique aux différents agrès.

Les enfants évolueront sur des agrès GAF et GAM aux normes officielles tant sur tapis de réception que sur fosses de réception. Un environnement idéal pour un apprentissage de qualité !

Pour les gymnastes « loisirs » : découverte des 4 engins GAF (6 agrès GAM), du trampoline et de l'air-track. Une semaine consacrée aux apprentissages des fondamentaux gymniques à chaque agrès, un renforcement musculaire de base essentiel, une approche d'acrobaties en toute sécurité et un échauffement quotidien en musique…

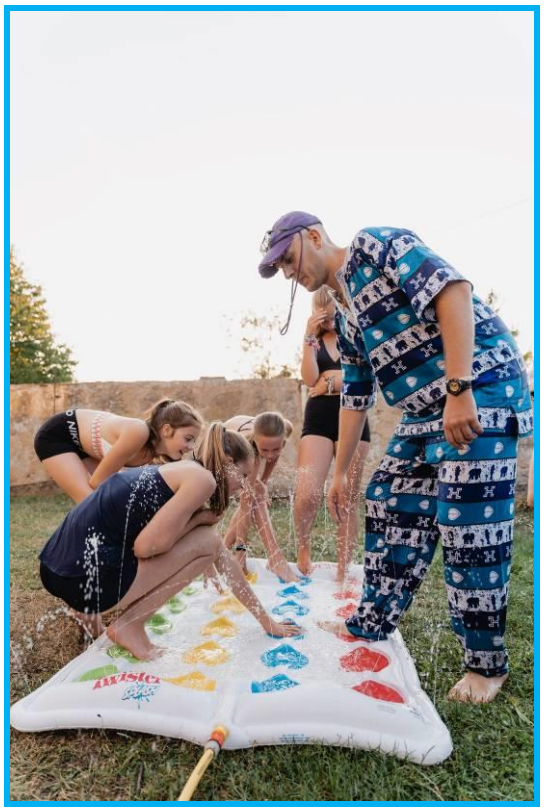
Pour les gymnastes « confirmées » : travail aux 4 agrès GAF (6 agrès GAM), au grand trampoline en fosse, et à l'air-track. Une semaine pour revoir les sauts gymniques, les acrobaties de bases aux différents agrès, une préparation physique ludique.



2. Activités complémentaires

Le stage propose également un panel d'activités sportives et de loisirs :

- parc aquatique : boule à vague, toboggans, structures gonflables, piscines intérieures et extérieures,...
- lac de Pont : plage, beach volley, activités nautiques : canoé, bateaux électriques, pédalo, vélodo,…
- tennis-de-table, danse, badminton, baby-foot, jeux de société,…



En soirée, une équipe d'animateurs assurera ambiance et convivialité ! Au programme : jeux inter-équipes, soirée barbecue, veillée au flambeau, soirée quizz, jeux de piste, soirée casino, blind-test,…

3. Encadrement

Encadrement assuré par des professeurs en Education Physique et des moniteurs ADEPS diplômés en gymnastique :

Lola Evrard (ABC GYM Dinant - UC Louvain)
Eleni Lari Carrillo (UC Louvain)
Ilona Simons (Explogym - UC Louvain)
Anaïs Verstraete (Explogym)
Odile Dozot (RVSG Ciney)
Etienne Gregoire (RASG Jemelle)
Odile Evrard (Explogym)
Athina Lari Carrillo (L'Envol)
Charlotte Simon (L'Envol)
Clément Didion (RVSG Ciney)
Paolo Lopopolo (RVSG Ciney)
Théo Versonnen (animation)
Fanny Rodrique (facebook et web)

4. Hébergement et pension complète

Le groupe sera logé à la Maison familiale et rurale de Semur-en-Auxois. Ce centre d'hébergement moderne est exclusivement réservé à notre groupe. Chambres de 4 à 6 lits, équipées d'une salle de bain (douche et éviers) et d'un W.C. chacune

Les repas : petits-déjeuners variés (buffet : pain, croissants, corn-flakes, confiture, choco, yoghourts, chocolat chaud, pain au chocolat, café, jus,…), un repas chaud le midi et un repas froid le soir (pain ou baguette, buffet de crudités, pizza, croque-monsieur, fromages, charcuteries, dessert,...)

La grande majorité des repas sont **« faits maison »**, sur base de produits frais et de saison.

Nous disposons de notre propre équipe de cuisine, sous la conduite d'un chef réputé

En cas d'intolérance alimentaire (allergies, lactose, gluten,…), nous pouvons proposer à votre enfant un menu adapté. N'oubliez pas de renseigner cette intolérance dans la partie « santé » du formulaire en ligne (voir point n°12)

Le centre d'hébergement dispose également de **nombreuses facilités** : salon, salle de détente, connexion internet, TV et écran géant, grande terrasse ombragée, infirmerie, petit magasin.

Adresse du Centre d'hébergement :

MAISON FAMILIALE RURALE
Rue du Couvent, 10 B.P 67
21140 SEMUR EN AUXOIS
France

Si vous avez du courrier à envoyer à votre enfant durant son stage, nous vous conseillons de le poster plusieurs jours avant le début du stage.

Pour joindre un responsable en cas d'extrême urgence uniquement, vous pouvez composer le :

0032 (0)478 55 84 84 (Renneson Nicolas)
0033 38 097 07 08 (Maison Familiale Rurale)

5. Le trajet en autocar

Nous voyagerons avec la société Toussaint (Beauraing), en autocar 3***, équipé de toilette, frigo, vidéo, airco, abs, ralentisseur, limitateur de vitesse. Trajet : 432 Kms

Départ le samedi 20/07/2024

Ciney : départ du car à 6h50 du matin

Rendez-vous à **6h15 du matin –** Place Roi Baudoin, centre culturel

Attention : Se présenter à l'accueil munis des documents demandés (voir point n°7)

Retour le vendredi 26/07/2024

- retour prévu le vendredi **26/07/2024 à 19h30** (Ciney, Place Roi Baudoin, Centre culturel)

En cas de changement des heures de départ ou d'arrivée, nous nous chargeons de prévenir les parents par mail **et** par téléphone.

6. Le prix du stage

525 € par enfant

Le prix comporte:

- l'hébergement en pension complète (repas, boissons à volonté et collations)
- le trajet A/R en car, ainsi que les excursions sur place
- les activités et les droits d'entrée (activités nautiques, parc aquatique, loisirs,..)
- l'assurance en R.C et accidents corporels (conditions disponibles sur demande)
- l'encadrement

Le prix ne comporte pas:

- les collations et le repas de midi lors du trajet aller en car (prévoir boissons, sandwiches,..) ainsi que le souper le jour du retour (vendredi 19h30)
- les petits achats lors du séjour : boissons spéciales, carte postale, shopping,...
- l'assurance assistance à l'étranger : vous est proposée pour un supplément de 30 €. *(voir point n°10 de ce dossier)*
- le tee-shirt Semur Gym 2024, personnalisé avec ton prénom : + 19 € *(voir point n°13 de ce dossier)*
- les frais éventuels liés à l'obtention de documents administratifs, d'autorisation de voyage et/ou de vaccination.

7. Documents à remettre à l'accueil le jour du départ

Ces documents sont à remettre à l'accueil le jour du départ du car :

- ☐ **Carte d'identité :** obligatoire pour pouvoir embarquer à bord du car, quel que soit l'âge du participant ;

  Pour les enfants en-dessous de 12 ans, une carte d'identité électronique « - de 12 ans » ou « Kids-ID » doit impérativement être demandée auprès de l'administration de votre commune.

- ☐ **Carte Européenne de Mutuelle** « Eurocross » : disponible auprès de votre mutuelle, sur simple présentation de la carte SIS.

- ☐ **Une autorisation de voyager** à l'étranger mentionnant nom et prénom de l'enfant, date du voyage, destination, organisateur (Latitude Sport asbl, responsable sur place : RENNESON Nicolas) doit être demandée et légalisée auprès de votre administration communale.
  Les participants français et les participants âgés de plus de 18 ans n'ont pas besoin de fournir d'autorisation de voyage

Remarque : selon nos conditions générales, tout participant à un stage est tenu d'être administrativement en ordre au niveau des documents de santé et de voyage, demandés par l'organisateur ou par le pays d'origine ou de destination (fiche santé, preuve éventuelle de vaccination, autorisation de quitter le territoire,..)

8. Ce qu'il ne faut pas oublier d'emporter…

- vêtements : en suffisance pour la semaine : shorts, t-shirts, maillot de bain, bonnet, chaussettes, 1 K-Way, training, vêtements de tous les jours, casquette.

  Attention : les shorts-maillots ne sont pas autorisés au parc aquatique

- Maillots de gym (ou de bain + T-shirt car il fera chaud dans la salle)

- Maniques et poignets de protection ou 1 rouleau de gaze pour prévenir les blessures aux mains lors du travail aux barres.
  Elastique ou chou-chou pour les longues chevelures.
  Collant ou corsaire pour les déplacements du centre vers la salle (300m)

- Un petit sac pour le transport (chaussons, maniques, gourde, ..)

- Chaussures de sport : 1 paire de baskets pour activités extérieures

- Sandales de gym ou chaussons (la salle est inaccessible en chaussures et baskets).

- Une paire de pantoufle et /ou « slash » (obligatoire au centre)

  Se baser sur une pratique de deux activités sportives par jour
  Prévoir un training et un sweatshirt en cas de mauvais temps

- toilettes : brosse à dents, essuies, gel douche, produits solaires,...

ATTENTION
Les 4 éléments suivants de la literie doivent être emportés par le stagiaire :

- **Un protège matelas (obligatoire !)**
- Un drap housse
- Une housse de couette
- Une taie d'oreiller

  Remarque : des couettes sont à disposition des stagiaires.

- **Prévoir le repas de midi et les boissons pour le trajet aller en car.**

9. Ce qu'il faut éviter d'emporter…

- Téléphone portable:

  - L'usage du portable sera toléré à certaines heures précises, comme par exemple durant les temps libres ou les pauses.
  - Il est interdit d'utiliser son portable durant les activités, lors des repas et après le couvre-feu.
  - Nous déconseillons aux stagiaires de l'emporter lors des activités (vols, perte,..)

- Objets de valeurs et argent de poche « démesuré » : pour la même raison.
  Argent de poche « conseillé » : + - 30 €

- Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas de vol d'objets de valeur.

10. Assurances

Les stagiaires sont assurés en responsabilité civile et accidents corporels chez CBC assurance.
L'assurance « Assistance à l'étranger » vous est proposée, en complément, pour un montant de 30 euros. Elle couvre le rapatriement éventuel d'un blessé, le retour anticipé en cas de décès dans la famille, les frais médicaux à l'étranger,…

Un double des dossiers des contrats « RC accidents corporels » et « Assistance à l'étranger » peut vous être envoyé sur simple demande.

11. Pour réserver

Les inscriptions s'effectuent uniquement via le site internet **www.latitudesport.be**, avec paiement sécurisé en ligne.

Pour toute inscription effectuée, vous recevez obligatoirement un e-mail de confirmation. Sans ce mail de preuve d'inscription, l'inscription de votre enfant n'est pas validée !

12. Formulaire à compléter

Afin de nous transmettre les informations sur votre enfant, ses choix d'activités/taille de vêtement, ses informations médicales et son niveau gymnique, nous vous invitons à compléter le formulaire en ligne au plus tard pour le 5 mai 2024

Lien pour le formulaire : **www.bit.ly/2qEue34**

Ou scannez le QR code :

SCAN ME

ATTENTION
✓ Un formulaire par participant ✓ N'oubliez pas de compléter le formulaire en ligne au plus tard pour le 5 mai 2024

13. Tee-shirt Semur Gym 2024

Tee-shirt microfibres Semur ***GYM 2024,*** personnalisé avec ton prénom !

= 19 €

<u>Pour commander ce package :</u>

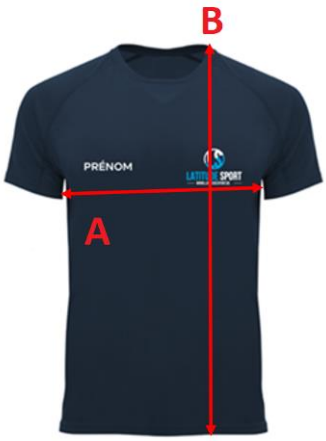
1) Choisissez votre taille à l'aide du guide des tailles en page suivante

2) Communiquez le choix de taille et de flocage dans le formulaire en ligne (voir point n°12 de ce dossier)

3) Réglez les 19 € avec la cotisation du stage « Semur Gym 2024 »

Remarques :

- Aucun échange de taille ne sera possible après commande du tee-shirt
- Le tee-shirt sera distribué à chaque enfant durant le stage



Guide des tailles T-shirt Enfants

	6-7 ans	8-10 ans	10-12 ans	12-14 ans
A largeur poitrine	**37**	**40**	**43**	**46**
B Hauteur totale	**53**	**58**	**63**	**68**

Guide des tailles T-shirt Adultes unisexe

	XS	S	M	L	XL	XXL	XXXL
A largeur poitrine	**46**	**49**	**55**	**55**	**58**	**61**	**64**
B Hauteur totale	**68.5**	**70.5**	**72.5**	**74.5**	**76.5**	**78.5**	**80.5**

Dimensions en cm

14. Suivez le stage via internet!

Retrouvez chaque jour les photos du stage et le compte-rendu de la journée !

www.latitudesport.be

Latitudesport

15. Renseignements complémentaires

Des informations complémentaires peuvent être prises par téléphone au siège central de l'asbl ou auprès des organisateurs:

Siège central :

LATITUDESPORT A.S.B.L
Rue Rigaud de Corbion, 10
5590 CINEY
BELGIQUE
+32 (0) 83/67.78.00

Organisateur :
RENNESON Nicolas +32 (0) 478/55.84.84

Nous contacter par mail :
info@latitudesport.be

Site internet :
www.latitudesport.be

PARTNERS 2024